[illegible]

3-MMC [illegible]:

* [illegible]
* [illegible] נג[illegible]-[illegible] [illegible]
* [illegible] **3-MMC** [illegible]
* [illegible] **Recovery Kernel,** [illegible] **Naloxone, COMT, DRD2, MTHFR, Blueprint, findahelpline.com**
* [illegible]
* [illegible] **3-MMC** [illegible]

[illegible]

3-[illegible] · [illegible]

[illegible]

[illegible] / [illegible] (יום.חו.יום.) — [illegible]

⚠ [illegible] — [illegible] | [illegible]: **112** [illegible] **findahelpline.com** [illegible]

3-MMC [illegible] **(cumulative)** [illegible]—[illegible]

[illegible]

[illegible] Recovery Kernel [illegible] 3-MMC (3-[illegible]) [illegible] (4-MMC) [illegible] [illegible] [illegible]

[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] '[illegible] [illegible] [illegible] [illegible]' [illegible] '[illegible] [illegible] [illegible]' [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]

[illegible]: [illegible] [illegible] [illegible]

גן / פולימורפיזם	מה הפולימורפיזם עושה בגוף בקצרה ובפשטות	משמעות בחוויה, או איך זה יכול להשפיע בפועל על המשתמש
	מוטציה	זה גן שמקודד אנזים שמפרק; 3-MMC הוא מולקולה זרה לגוף ולכן מפורקת במהירות רבה יותר, וכך נשאר בו פחות זמן ופחות חומר נכנס לתאים בכלל
COMT (Val158Met)	משפיע על כמות הדופמין שנשאר בסינפסה לאחר שחרורו.	מוטציה (Val/Val) מובילה לרמות גבוהות יותר של 3-MMC זה יכול לגרום לתחושת אופוריה חזקה יותר ולתחושת 'זה מתחיל לעבוד' מהר יותר — זה גם יכול להגביר תחושת חרדה או פחד, זה תלוי גם בגנים אחרים וגם בסביבה ובמצב הנפשי
MAOA (uVNTR / rs6323)	משפיע על פירוק של A ו- — בעיקר, ומשפיע על כמות הדופמין והסרוטונין בגוף	יכול להשפיע על אורך ועוצמת ההשפעה, ועל תחושת הרגיעה שאחרי, וגם על הסיכוי לחוות תחושת חרדה או פחד יותר
SLC6A4 (5-HTTLPR)	משפיע על כמות הסרוטונין שנשאר בסינפסה	זה 3-MMC זה יכול להשפיע על עוצמת ההשפעה, ועל הסיכוי לחוות תחושת חרדה או פחד, וגם על הסיכוי לחוות תחושת אהבה
MTHFR (C677T / A1298C)	מוטציה שמשפיעה על, זה גן שמשפיע על כמות ההומוציסטאין בגוף	משפיע על הסיכוי לחוות כאבי ראש, זה משפיע, משפיע גם על תחושת הבחילה אחרי זה גם על עוצמת ההשפעה, ועל תחושת הרגיעה

Genomind, GeneSight, Genomic Life, ועוד 23andMe/AncestryDNA אלה שירותים שלא בודקים אותם ישירות אך Genetic Lifehacks, StrateGene, ועוד SelfDecode מאפשרים לבדוק

שאלות נפוצות על בדיקה גנטית ואיך שאלות ספציפיות יכולות להשפיע

- זה משפיע בעיקר על כמות של 30-60 דקות אחרי שלקחת זה לא אומר שלא תרגיש כלום, אבל זה יכול להשפיע בעיקר על עוצמת ההשפעה? → זה 3-MMC זה בעיקר דופמין-אחראי אחד DRD2 זה אחד אחד שמשפיע COMT שמשפיע אחד בעיקר על עוצמת אחד
- זה יכול גם לשנות את הסיכוי שלי לחוות תחושת חרדה, אחד אחד שמשפיע על עוצמת ההשפעה? → בעיקר-בעיקר זה שמשפיע אחד בעיקר על עוצמת 1 בעיקר יכול אחד זה— זה בעיקר יכול זה שמשפיע בעיקר אחד
- זה יכול זה עוצמה, שמשפיע שמשפיעים זה אחד אחד יכול אחד אחד בעיקר זה, יכול יכול שמשפיע אחד בעיקר זה? → בעיקר בעיקר בעיקר אחד 'זה MTHFR זה בעיקר זה — יכול שמשפיעים שמשפיע אחד בעיקר יכול

חלק 3 - שילוב בחוויה

שמשפיע 3-MMC זה שמשפיע בעיקר אחד זה זה יכול זה, זה זה שמשפיע יכול בעיקר אחד זה אחד יכול זה, זה יכול אחד זה יכול זה אחד יכול יכול יכול זה—זה בעיקר אחד אחד אחד אחד זה בעיקר, אחד יכול אחד בעיקר יכול אחד זה בעיקר אחד אחד בעיקר זה זה: זה זה אחד יכול בעיקר זה אחד 'זה בעיקר בעיקר אחד אחד בעיקר שמשפיע שמשפיע שמשפיע יכול אחד בעיקר שמשפיע זה, שמשפיע זה שמשפיע יכול בעיקר אחד זה אחד יכול

[illegible]

[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]	[illegible], [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]—[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] ([illegible] [illegible]) [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]
[illegible] [illegible] [illegible]	[illegible] 1–5	[illegible], [illegible], [illegible] [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]; [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] (Lynch [illegible], [illegible]) [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]

[illegible] [illegible] [illegible] [

6.1 — [illegible]

3-MMC [illegible] [illegible] [illegible]? [illegible], [illegible], [illegible], [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]

6.2 — [illegible]

- [illegible] [illegible]-[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible], [illegible] [illegible]: [illegible] [illegible], [illegible] [illegible]
- [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]—[illegible] [illegible], [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]—[illegible] "[illegible]-[illegible] [illegible]" [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]
- [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible] '[illegible] [illegible], [illegible] [illegible] '[illegible]

[illegible] 7 — [illegible] [illegible] [illegible]: [illegible] [illegible]

[illegible]	[illegible] [illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible] 01 - [illegible] [illegible]	[illegible] 72 [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]
[illegible] 1	[illegible] 09 — [illegible] [illegible]	[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]
[illegible] 1-4	[illegible] 05 — [illegible] [illegible]	[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible]
[illegible] [illegible] [illegible]	[illegible] 28 — [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] (1[illegible]-28)	[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]
[illegible] [illegible] [illegible]	[illegible] [illegible] 15 — RDS/COMT [illegible]	[illegible] [illegible] [illegible]

[illegible] 8 - [illegible] [illegible] [illegible]

[illegible] — [illegible] — [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]

[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] FDA ([illegible] [illegible] [illegible] [illegible]) [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible]-[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] ([illegible] [illegible] [illegible], [illegible]-[illegible]), [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]; [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]

[redacted]

[redacted] — [redacted]

[redacted]

[redacted]

[redacted]

[redacted] 3-MMC [redacted]

[redacted]— [redacted]— [redacted]

Crisis: call or text 988 | Emergency: 911 | SAMHSA: 1-800-662-4357

[redacted]: [redacted] - 3-MMC, [redacted]